

PREÇO AVULSO 1\$00

BOLETIM MENSAL ASSINATURA AO ANO 12\$00

mário

"...CUBRA-ME1....

CANCIONEIRO DA PRIMAVERA

PASCOA; festa nas almas e nos lares

UM PINTOR DA MULHER

NOTICIAS DA M. P. F.

GRANDES CORAÇÕES. A Mão

O LAR, CAIXA DE FENO (ou caixote de palha)

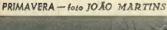
TRABALHOS DE MÃOS. Monogramas modernos

O SEGRÉDO DE CLARINHA (conclusão)

COLABORAÇÃO DAS FILIADAS

### OBRA DAS MÃES PELA EDUCAÇÃO NACIONAL MOCIDADE PORTUGUESA FEMININA

Direcção, Administração e Propriedade do Comissariado Nacional da M. P. F.—Redacção e Administração: Comissariado Nacional da M. P. F., Praça Marquês de Pombal, n.º 5 — Telefone 46134 — Editora, Maria Joana Mendes Leal — Arranjo gráfico, gravura e impressão da Neogravura, Limitada, Travessa da Oliveira, à Estrêla, 4 a 10 — Lisboa





### "...CUBRA-ME!..."



Madame Elisabeth -- Quadro de M.=+ Vigée-Lebrun

«Madame Elisabeth»— é o título de um livro, e é assim que tôda a história ficou chamando à irmã de Luis XVI, que toi guilhotinada no Terror.

O P.' Sambucy, que foi quem lhe assistiu à morte, deu lhe o nome de eum anjo que morreu na guilho-

Vai-se contar aqui um episódio dessa morte linda, lindamente heróica.

Chegada ao cimo do cadafalso, no momento em que o carrasco a amari ava à prancha, o vestido rasgou-se-lhe e ficou um pouco descomposta. O carrasco agarrou no pano rasgado e atirou-o para longe.

— Em nome do pudor, cubra-me..., pedia M.™ Elisabeth.

Depuis de ter hesitado um momento, o carrasco voltou a buscar a faixa do vestido.

E a história conta que, depois de a cabeça lhe ter rolado no cêpo, um doce perfume de rosas se espalhou no espaço... «Em nome do pudor...»

Devia ser uma legenda a afixar al por tôda a parte.

É as raparigas portuguesas não deviam ter abdicado com tanta facilidade da sua nobreza feminina e em nome do pudors deveriam fazer a cruzada do respeito à mulher—coisa que vai ficando mais e mais esquecida.

«Em nome do pudor», deviam eias pròprias respeitar-se a si mesmas, não se desleixando, não se «descobrindo» nesses à-vontades que arrepiam jà os menos exigentes.

— Sentimento de pudor...

— Consciência do pudor...

— Delicadezas do pudor...

\_ Dignidade e grandeza do pu-

Quando a rapariga te renega ou te esquece — è logo a sua diminuição, o seu aviltamento — e quâsi sempre a sua desgraça.

E o despudor campeia cada vez mais por esse mundo fora — e, tantas vezes, querendo-o on não, são as que se supõem melhores, ou as que mais o deviam combater, que se convertem em suas apóstolas... Uma das grandes chagas modernas é essa falta de brio e consciência—e a mulher não se aperceber jà do que lhe traz tanta traição e tanta cobardia...

Herbicamente puras e castas — até à morte!

Pensar que vale mais que a vida a dignidade feminina—essa aureola oiro e luz que é a graça feminina do pudor.

Viver e morrer vestidas de nobreza, sempre nobremente castas.

Olhos castos... palavras brancas de castidade... faces puras... atitudes aprumadas...

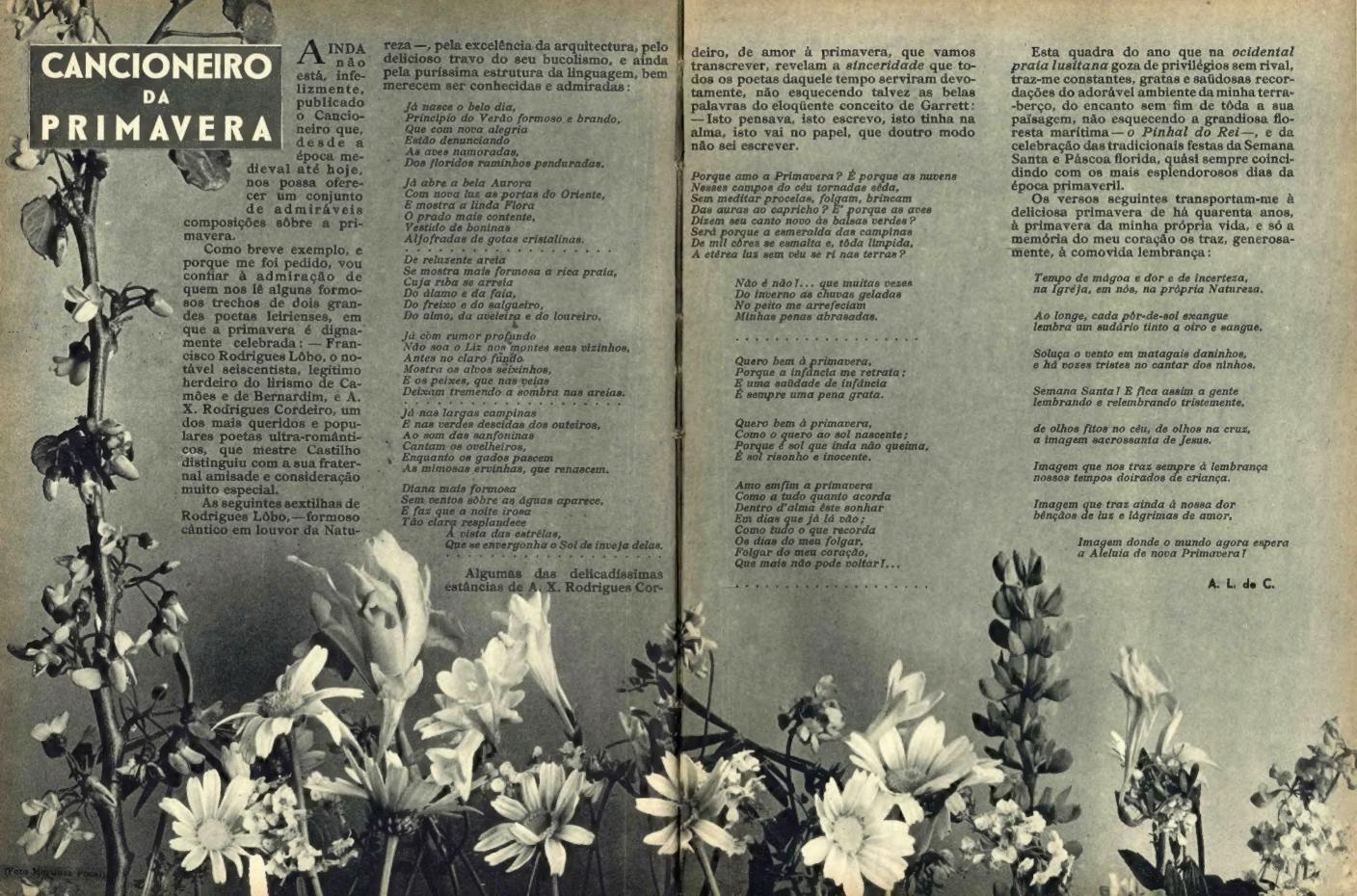
... sempre direitas...

... o coração e a alma sempre direitas...

... em paz, na graça do Senhor. Quando assim é, até os carrascos respeitam...

Poder e vitória do pudor! Poder e vitória da pureza!

G. A.



# 丹瓜汤红仍角

### FESTA NAS ALMAS E NOS LARES

mistério pascal pode resumir-se em poucas palavras: Cristo, o Cordeiro de Deus, foi imolado para com a sua morte vencer a morte e com a sua Ressurreição nos dar

a vida.

A Páscoa, não é, pois, apenas um acontecimento da vida de Cristo; será também um acontecimento da nossa própria vida, se se realizar em nós o que a palavra «Páscoa» significa: a passagem do Senhor, que nos dá sua graça e com Ele nos leva, se quizermos segui-10, até ao céu.

A Páscoa de Cristo é o drama do Calvário e são as Aleluias da Ressurreição; são as trevas de 6.º feira santa mas é também a luz a alegrar o



mundo na mais esplendorosa esperança. A nossa Páscoa deve ser

o prolongamento da Páscoa de Cristo. Cristo morreu pelos nossos pecados; de-

vemos morrer nós também ao pecado, isto é, deixar de praticar o mal. Cristo ressuscitou para que com Ele ressus-

citássemos; recebemos o dom divino duma vida nova. Vivamos santamente.

A alegria pascal é feita de pureza a espe-

Pureza do coração, que busca as coisas do alto; esperança divina de nos sentarmos um dia com Cristo à direita de Deus.

Se não nos despojarmos dos nossos defeitos e não procurarmos viver com mais sinceridade a nossa fé, a nossa Páscoa não será ressurreição para uma «vida em Deus» - não será Páscoa!

E então, embora os sinos toquem nas tôrres das igrejas e os lilazes floresçam nos jardins, a nossa alma não participará da festa que alegra o céu e a terra.

A St.ª Igreja chama à Páscoa, a «solenidade das solenidades». E' a maior festa cristã.

As santas mulheres. A caminho do sepulcro na manhã da Ressurreição

Procuremos vivê-la de modo que a nossa alma cante a aleluia.

A aleluia é um canto de alegria que a terra aprendeu no céu.

Mas as grandes festas cristãs não devem ser apenas festas de igreja; se a alegria está na nossa alma, devemos levá-la comnosco para tôda a parte, devemos, sobretudo, encher com ela o nosso lar.

Onde se realiza a visita pascal, que seja êsse o momento culminante da nossa alegria.

Que a nossa casa tome um ar festivo: é o Senhor

que passa... Bemvindo seja o Senhor! Flores, luzes, amêndoas... Sorrisos nos lábios, lá-

grimas de comoção nos olhos... Ternura, alegria... Boas festas! Boas festas!

Não, não existe nada que se compare a um domingo de Páscoa na aldeia. Recordo... De manhazinha, a procissão: «Diz-me, ó Maria, o que viste no caminho? Vi a glória de Cristo ressuscitado !»

A nossa al-

ma, em

surprêsa, embrulhado em vistoso papel e ornado com flores, para o centro da mesa, e, em volta, colocar ovos cozidos a fazerem-lhe coroa (Fig. 1).

Ou ainda servirmo-nos das cascas como se fôssem jarras para flores (Fig. 2), entremeando entre as flores ovos pintados e colocando também sôbre os pratos um ôvo cozido para cada pessoa. (Fig. 3).

Ou então poderemos arranjar um centro de mesa com ovos pintados, suspensos por fitas sôbre uma base de flores.

Ou qualquer outra idéia, segundo a nossa imaginação. O que é necessário é que o domingo de Páscoa tome na nossa casa um ar festivo e carinhoso: que não seja um dia como qualquer outro, mas um dia em que tudo concorra para que as almas louvem ao Senhor: «por êste dia que Ele fez para nossa alegria!»

Lembremo-nos também dos nossos amigos. Uma visita de boas-festas ou umas palavras afectuosas pelo

correio dão sempre prazer.

A festa é de todos - porque é de Deus - e aqueles que participam dos mesmos mistérios divinos devem viver unidos como se possuissem um só coração.

Se tivermos afilhados, lembremo-nos também dêles, dum modo especial: é uma linda tradição cristã. Preparemos o seu folar. Qualquer pequenina lembrança que lhes faça sentir que para o nosso coração de madrinhas êles são um pouco filhos.

Boas festas! Boas fes-



graça, está florida como as árvores que a primavera floresce...

Nas cidades, falta à Páscoa o encanto dêstes costumes, mas é mais um motivo para a festejarmos dentro do nosso priprio lar.

Guardemos a tradição que faz dos ovos um símbolo pascal e em domingo de Páscoa enfeitemos a nossa mesa com ovos, que poderão ser pintados ou deixados ao natural.

Ou, se preferirmos, podemos substituir os ovos verdadeiros por ovos fingidos, ovos-amêndoas donde saiem pequeninos pintainhos amarelos, ou ovos de chocolate, garridamente enfeitados com laços de

Poderemos, por exemplo, arranjar um grande ôvo

Desejemo-las aos amigos, conhecidos e até aos estranhos. Que a paz de Cristo seja o quinhão de todos na alegria da Ressurreição!

MARIA JOANA MENDES LEAL

M dos primeiros retratistas modernos, retratista sem par na nossa terra. Eduardo Malta. vê na mulher o mais belo tema da criação. A mulher inspirou a êste artista os seus melhores quadros, que são ao mesmo tempo cheios de verdade e poesia.

Para pintar a mulher não basta possuir talento e conhecer o segrêdo dos pinceis, por vezes caprichosos: è preciso ter alma, amar a beleza, debrucar-se apaixonadamente sôbre a graça feminina. Quando Rafael San-

zio pintou a Fornarina, fê-lo num arroubo de paixão, com a alma iluminada e sequiosa, com o espírito possesso da sua formosura. Eduardo Malta, que considera Rafael o maior de todos, enternece-se como éle ante a beleza feminil, sente-a. prescruta-a, cativa-a. Não vê na mulher uma deusa inacesstvel, uma forma descarnada e ideal, mas uma flor viva, cheia de fragilidade, palpitante de seivas, cujo perfume se vai evaporar. E, em suas telas, éle faz o bruxedo de parar o tempo, para que essa flor não murche.

Durante largos anos, Eduardo Malta retratou de preferéncia as mulheres elegantes que os acasos do nascimento ou da beleza coroaram e cuja graça uristocrática floresce numa atmosfera de luxo discreto. Mas hoje o artista não se interessa apenas por aquelas que vivem em palácios e se vestem de sédas e de lhamas. Éle retrata também por sua vez a mulher do povo, presa à terra ou ao mar pela raiz da alma, companheira do sol e dos passaros, mais próxima da natureza e seu fruto jocundo.

. Em qual destas duas modulidades terd o artista feito

PINTOR MULHER

Retreto de S. A. R. a Princesa Elisabeth de Orleses a Braganca



dificil responder! Olhemos, por exem-

obras mais belas? Que

plo, o retrato de Sua Alteza Imperial a Princesa Elisabeth de Orleães e Bragança, rainha sem coroa, que, todavia, tem um trono em muitos corações brasileiros: nessa nobre imagem se reflectem a graça, a lhaneza, a magestade naturais duma das mais velhas estirpes realengas do Ocidente. A-par dêle, como não nos encantarmos com a beleza rustica de «A leiteirinha», filha do povo, despida de artiticios, mas cheia do

frescor e do aroma do torrão? Também o quadro «Nazarenas» nos mostra duas figuras enternecedoras dessa Praia da Nazarė, terra de pescadores, varrida pelos ventos salgados da beira-mar: uma delas, a mais triste e mais delgada, è a Maria Otilia, modêlo favorito que Eduardo Malta tantas vezes pintou jd, outrora plena de viço e de juventude, solteirinha e louçă, com seu chapelinho e seu negro manto, hoje casada e com filhos, ainda formosa, de pele fina e macerada, os olhos mansos sofredores, a fronte ensombrada em que o tempo ja lavrou ligeiros sulcos - e, a seu lado, a irma mais nova, de olhos negros de veludo, cheios de sonhos, de ilusões primaveris ...

Nazarenas

A leitarinha ou as Nazarenas de Eduardo Malta, se as vissemos na rua, talvez nem nelas reparassemos... Mas aqui, na interpretação maravilhosa do artista, elas ganharam em profundeza, em graça, em luz, em humanidade. È que Malta, com sua aguda intüição, com seu sexto sentido de beleza, viu e descobriu o que os olhos profanos não conseguem alcançar. Eis o milagre do artista! E as suas telas prendem-nos, encantam-nos, deslumbram-nos, porque nós vemos atravės dos seus olhos privilegiados, porque descobrimos assim, por nossa vez, mil aspectos imprevistos e apaixonantes da realidade esquiva...

Fernando de Pampiona

### NOTÍCIAS DA M. P. F.



Escola Primaria de faiões -- Chaves Algumas [iliadas do Centro n.º 4

6 de Novembro de 1942 - Criação dos Centron n. 4 & 5.

de Dezembro de 1942 - Misea mandada celebrar pela Sub-Delegacia. Benção da

bandetra do Centro n.º Sessão solens para a imposição das insignias às chefes de Quina no Centro n.º 1.

8 de Dezembro de 1942 Missa mandada celebrar pela Sub-Delegacia. Exposição e entre-ga de três berços com respectivos enxovais e 21 peças de roupa, confeccionadas pelas filla-das do Centro n.º 1 e 5.

23 de Maio de 1942 --Enviados ao Comissariado Nacional, 4 tra-

balhos para figurarem na Exposição da Sociedade de Helas Artes. Funcionou durante éste ano lectivo, um curso de chefes de Castelo, tendo sido admitidas a exame 8 filiadas, que prestaram provas no Porto.

> A Snb-Delogada Regional Branca Maria de Carvalho



V Semana da Mãi - Berços e enxovais que forem distribuidos às mães pobres

### Subsídios concedidos

1.°) — O Senhor Governador Civil de Vile Real concedeu àquela Sub-Delegacia o subsídio de 500\$00 escudos;

2.°) - O Senhor Governador Civil de Bragança ofereceu ao Centro n.º 4 da Ala 3 o donativo de 100\$00 escudos;

3.°) — O Ex. mo Presidente da Câmara de Vila Real concedeu àquela Sub-Delegacia o subsídio de 1.000\$00 escudos para o ano decorrente :

4.º) - O Senhor Dr. Alvaro Trigo de Abreu, Presidente da Direcção da Casa do Douro, ofereceu à Divisão de Trás-os-Montes a quantia de 2.000\$00 escudos;

5.°) - O Ex. ma Presidente da Câmara Municipal de Portimão concedeu à M. P. F. daquela região o subsídio anual de 4.000\$00 escudos:

6.0) — O Serhor Carlos de Oliveira Freitas Lima, Capitão do Porto de Portimão e Presidente da Casa dos Pescadores oferece o subsídio de 50\$00 escudos eo Centro n.º 3 daquela Sub-Delegacia;

7.º) — Junta da Provincia do Minho, 300\$00 ao Centro n.º 2 de Viana do Castelo, Liceu Goncalo Velho;

8.°) - O Ex. 300 Presidente da Junta da Provincia de Trás-os-Montes e Alto Douro, Dr. Joaquim Almeida da Cosia, concedeu à Delegacia de Trás-os-Montes o subsídio de 2.000\$00 escudos.

Os nossos melhores agradecimentos.

LOCALIDADES	Berços com respec- tivos enxo- vais	Poçan soltas	Enxo- vals comple- tos
Minho Tràs-os-Montes e A. Douro Douro Eitoral. Beira Litoral Beira Alta Beira Baixa Ribatejo Estremadura Alto Alentejo Baixo Alentejo Algarve Total	7 8 41 20 5 1 1 55 12 12 12 161	415 143 437 197 	2 1 50 20 2 25 100

1.0 - Nos principios de Outubro de 1941 principiaram oficialmente as actividades da M. P. F. nesta Ala. No Colégio do S. Coração de Jesus e centro Extra-escolar, dirigindo algumas palavras às filiadas, procurel mostrar-lhes os deveres que lhes impõe a nossa Organização e por tôdas ful escutada com atenção e visivel vontade de bem servir. No Liceu estiveram pre-sentes o Dig.<sup>30</sup> Reitor e o Rev. Dr. Pires Moreira, assistente da M. P., que tiveram palavras cheias de bondade para as ra-parigas, a quem também falet sôbre os seus deveres, como jà o tinha feito nos restantes centros.

2.º - No mesmo més oferecemos um passeio de confraternização aos centros 1, 2 e 3 para que tôdas as filiadas se sentissem iguais dentro da Organização e assim desaparecessem certos sinais de rivalidade injustificada contrária ao espírito de ordem e camaradagem que deve existir entre as filiadas.

3. - No dia 1 de Dezembro assistimos a uma missa cantada pelas filiadas. Como em todas as Escolas houvesse sessões so-

lenes nuda mais fizemos.

4.0 — Em 8 de Dezembro houve missa rezada, ussistida por tódas as filiadas na qual receberam o sacramento da Comunhão, preparando-se dêste modo para a grande festividade que é de costume aqui realizar-se, em honra da Imaculada Concelção, junto da qual fizeram a sua con-sagrução com fervor e devoção. A nossa volta estavam muitas Senhoras e povo emoctonadas.

5." -- Depois de recebido o berço que foi

exposto em Lieb.a, tivemos aqui a nossa exposição de berços e roupas durante alguns dias, que foi muito admirada por todos. Em seguida distribulmos 3 berços com os seus enxovais, sendo também baptisadas as 3 criancinhas a quem serviram de madrinhas as filiadas. Tivemos também a distribuição de roupas pelos pobre-zinkos, festa que teve lugar na Sede da M. P. F., onde o Rev. ... Arcipreste disse palavras tocantes e comovedoras às filia-

das e de máis.

6.º — No dia 1 de Maio proporcionámos um passelo às escolas primárias, até junto da capelinha de Santa Catarina, em Vila do Conde, onde lancharam. Era encanta-dor ver cérca de 500 crianças chelas do major contentamento.

7.º - A 11 de Maio um grupo de filiadas que acompanhei esteve também em Pá-tima, juntamente com a Ala do Porto. tendo tomodo parte em várias cerimônias. Sua Ex. Rv. 800 o Senhor Arcebispo Primaz dignou-se celebrar missa e ministrar a Sagrada Comunhão ao nosso grupo. Pela tards veio Sua Ex,ª Rev. ma até junto de nos e conversou muito paternalmente com as raparigas. 8.º — Em 30 de Maio organizámos duas

sessões de cinema, a que assistiram, à matinée, as escolas primárias femininas e masculinas da vila. A sessão da noite foi muito frequentada e nela se viram muitas senhoras que assim mostraram a sua simpatia pela M. P. F. Esta festa

deu-nos o produto de 1.600800, 9.º-No dia 6 de Junho obtivemos a aprovação de 3 centros nas escolas pri-márias. É consolador e agradável confessar o entusiasmo e dedicação com que as Dig. Not Professoras acolheram esta boa noticia pondo a sua melhor vontade ao serviço da Organização. E assim poderemos concluir que os melhores resultados se obtiveram na preparação das juventu-des, quer modificando ou ordenando os seus seutimentos irreflectidos, quer imprimindo do seu carácter os principios da ordem, dignidade, brio e respetto que devem ser observados pela mulher do futuro.

A Sub-Delegada Adjunta

Maria Helena de Bourbon P. M. Couto





Quadro de Ary Schalfer

## GRANDES CORAÇÕES

### A MÃE

ORAÇÕES de mulher, manancial inexgotável dos mais puros, mais dedicados, mais cons-tantes afectos l Corações de Santas, escrinio precioso, ande brilham ainda com major fulgor ésses afectos sublimados pela renúncia e pelo amor de Deus, no qual cabem todas as castas afeições !

As santas são mulheres, sem os defeitos do nosso sexo, mas com tôdas as suas qualidades.

Hoje vamos falar do maior dos amores, do amor de Mãe, aureolado pela santidade duma mulher: Santa Monica.

Queremos aqui apenas focar o seu amor materno, não as suas virtudes; apesar de nelas o terrestre e o sobrenatural estarem unidos em tôda

Contemplemos ésse quadro tão conhecido e tão admirado de Ary Scheffer: St.º Agostinho e St.º Mónica.

Aquela noite transparente e diáfana do céu de Itàlia, noite recamada das mais lindas estrelas, alumia dois entes sentados a uma janela, largamente aberta. Uma mulher e um homem olham para o céu e os seus olhares parecem prescrutar além do firmamento, vendo coisas que o comum não descortina.

A mulher é Mônica, o homem, seu filho, Agostinho. Neste homem, tisnado pelo sol de Africa, o rosto apresenta traços de lutas da inteligência e do coração, e os seus olhos têm lampejos de gênio, daquele génio que o farà contar entre os espíritos mais profundos da humanidade. Està no pleno apogeu da idade viril. Ela já se encontra no limiar da velhice; os traços da fisionomia são mais suaves, e nos olhos que devem ter chorado muito, brilha agora uma paz divinal.

Entre as mãos maternas, aperta a do filho, que nem no extase pode esquecer. O seu Agostinho guarda-o sempre no coração de mãe, nesse coração que durante longos e longos anos só viveu para

salvar o filho. «Filho de tantas lágrimas nunca poderá perecer» foram as palavras proféticas que S. Ambrôsio um dia dirigira a S. Mónica. E o vaticinio realizou-se.

Mas para isso a luta foi heróica; qual leoa a

quem querem roubar o tilho. Mónica defendeu sem treguas Agostinho contra a heresia, contra a libertinagem que lho queriam arrancar dos braços de mãe cristà l Não, ela não iria para o céu sem le-var também o filho do seu amor. E para isso empregaria tudo: orações, lágrimas, penitências, subiriam até ao trono de Deus, a Quem ela ja dar um Santo, santo que devemos ao seu amor maternal!

E como mulher sensata e inteligente não despresou os meios humanos; lançou mão de tudo : caricias, censuras, severidade mesmo, nada deixou de empregar, Quando Agostinho largou Cartago e foi para a Italia, abandonou pátria e casa para o seguir; instruida e culta, podia discutir com o filho

e amigos, as mais árduas questões de filosofia. Mas chegou a hora da suprema alegria para St.º Mónica. Nessa noite de Ostia, que nos descreve a pena fulgurante de St.º Agostinho, e que 15 séculos depois será reproduzido com singular beleza pelo pincel de Ary Scheffer, os corações da mãe e do filho batiam em unisono, e se a dor não conseguira abater o coração varonil de St.º Mónica, a felicidade faria parar esse mesmo coração ardente.

Poucos dias depois, uma doença mortal desenvolvia-se rapidamente e arrebatava à terra uma alma de eleição, modêlo das mães que ao seu poderoso patrocinio confiaram os filhos, corba das màes cristàs.

Amor das nossas mães, amor que nenhum eguala em força, em desinterèsse, amor que sorri e chora, que embala e ensina, que depois de nos ter dado a vida do corpo, nos dá anos seguidos a vida da in-teligência, do coração, da fê, este amor de mãe era bem justo que uma santa o reproduzisse com tôda a perfeição, aureolado pela luz única e venerável da santidade. Pela pena do grande S. Agostinho conhecemos St.º Mónica, espelho das mães cristãs.

Mãe! nome que foi o primeiro que balbuciámos, serà o ultimo por quem chamaremos, nome bemdito que o grande Doutor da Igreja imortalizou, nas suas

Confissões, livro dum génio e dum santo!

V. P.



OM as crescentes restrições no consumo de combustivels, torna-se necessário recorrer a processos eficientes que permitam poupar. A catxa de feno e o método de cozinhar que lhe está ligado, representa uma gran-de economia de dinheiro, de combustivel e até de comida.

Nos paises em guerra éste utensilio tão simples vai tendo cada vez mais sucesso e até na Grã-Bretanha existe uma instituição para tratar especialmente do assunto.

Com efelto éste processo de cosinhar representa uma economia importante em comida. Muitos alimentos que normalmente são dificeis de cosinhar podem assim ser preparadas com grande sim-plicidade, Pelos métodos usuais perdem parte do seu balor nutritivo. Procura-se cozinhar muito depressa, o que representa multas vesces desperdicio por ficarem as comidas queimadas. Por outro lado che-gou-se à conclusão que a economia em combustivel pode atingtr um terço ou mes-mo metade do consumo usual. As objecções que se podem levantar não têm razão

Claro que ao principio assusta a ideta

Tampa de caixa vedando bem

Almofeda de feno ou

palha de 10 cm. de

espessura

Feno ou palha; 10 cm, de cada lado e 15 cm. por debaixo

de ter de deixar a comida no caixote duas, trés ou mesmo olto horas. Na verdade trata-se apenas de desenvolver o espírito de previsão. Enquanto dormimos a caixa de feno está trabalhando por nos e cozinhando e almôço sem necessidade de qualquer vigilância. Assim temos economia de tempo e de trabalho. É como se tivessemos ao nosso serviço uma boa e diligente creada. Poupa-se o tempo que nor-malmente se gasta a wexer ou a vigiar as panelas que estão ao lume. Quando se trata de as lavar, a tarefa é também mais simples, visto que com êste processo de cozinhar nada se esturra e pouco se enfarrusca.

### Maneira de preparar o caixote

A primeira colsa é obter um bom cal-xote de madeira. Convém que éste caixote seja o mais forte possivel e que tenha uma tampa bem ajustada. Se o caixote não tiver tampa, como em geral sucede, deve-se

mandar fazer uma e fixà-la por meio de dobradiças. Podendo colocar-lhe um facho melhor serà. Quanto ao tamanho do caixote depende do ntensilto de cozinha Pesos na tampa no desta não ter C8.50 fechos Panela no «ninho», Tamanho 13 × 18 cm.

Caixa forrada com jornais; sels folhas

pelo menos

que se quelra usar. Não é de aconselhar uma pinela ou cacarola muito pequenas. Para se calcular bem o tamanho basta medir a largura e altura do utensilio e acrescentar 30 centimetros à lorgura e 24 à altura para se obterem as medidas convenientes. Assim, para uma panela com 15 cm. de altura e 21 de largura deve-se utilisar uma caixa de 0,"45 x 0, "45 x 0,45. Seria até preferivel que l'osse um pouco maior, pois temos que contar com 18 cm. de espessura de feno ou palha por baixo da panela e um a almofada de 12 cm. colocada sôbre a tampa, Nada impede de se construirem catxotes com duas divisões. Nestas condições podia-se reduzir um pouco a espessura da palha ou feno. É evi-dents que êstes calculos não são dificeis.

Resta preparar o catxote. Convém esco-thé-lo com tábuas bem juntas. O interior deve ser forrado com jornais, usando-se cola feita com farinha e agua, bem fervida. Pretende-se com isto evitar a entrada do ar e perda de calor e como o papel de fornal è man condutor de calor é possivel reduzir a quantidade de patha necessaria aumentando-se o número de ca-madas de papel. São necessárias pelo menos seis e seria muito conveniente que a última camada fónne de papel de em-brulho, por ser multo resisiente. Em se-guida é preciso preparar uma almofada cheta de feno ou palha. Tem que ficar bem ajustada ao tamanho da calxa. Se a tampa não tiver fecho tem que levar um péso em olma para fechar hermèticamente. Exteriormente a caixa pode ser pintada duma cor que fique bem no ambiente da cozinha.

Resta agora encher a catxa com palha. O feno ou palha compra-se em qualquer celeiro. Deve ser bem calcado, Forma-se uma espécie de ninho onde se coloca a panela. Deve-se fazer éste ensato primetro com agua quente e deixar a caixa fechada um tempito: quando se abrir está pronta a recolher comida. Os utensi-llos a usar devem ter tampas bem ajustadas e se forem de aluminio, tanto melhor. É da mator conveniência usar sempre as mesmas panelas por já terem os «ninhos» ao seu tamanho. Só se devem colocar as colsas no caixole quando esti-verem a ferver «bem» e não perdendo tempo na operação, por isso deve o cai-xote estar mesmo ao lado do fogão.

### Tabela do tempo necessário para cozinhar vários alimentos (1)

	Mincton no lume	Horas na caixa
Couves		a hores
Couve-Hor		3 hores
Frutes secas	5 min.	5 a 6 horas
Macarrão	10 min.	3 a 4 horas
Ervilhas vardes		3 horas
Betates noves	45 min.	7 a 8 horas
» velhas .		3 hores
Arroz		4 horas 3 a 4 horas
Nahos	5 min.	2 horas
Peixe	10 min.	2,30 hores
Galinha		4 horas
Coelho	60 min.	durante a noite
Vaca	mathde do normal	4 horas dorante a noite

Tudo deve ir a ferver em cachão. Se a almofada ficar humida é porque a tampa da panela não véda.

Francisca de Assis

A caixa ilaurada mede 38 + 38 cm. Podem lazer-se caixas maiores. A panela deverá ser de tamanho médio, não menos de meio litro. A quantidade do leno à roda da panela e a elmolado podem ser maiores que as liguradas, mas não mesos.

(1) A tabela que publicamos foi tirada dum l'evro pa-blicado pelo «Institute of Haybox Cookery».



### PAGINA DAS LUSITAS

Chegara o fim de Setembro; e breve irlam para Lisboa. Nunca Manuel João conseguira surpreender Clarinha a chorar ou a entregar-se a uma tristeza visivel.
Uma manha, porém, inesperadamente,
Manuel João foi para a capela muito cedo:
palpitara-lhe que lá irla encontrar a prima. E. realmente, ajoelhada num canto,
as duas mãos tapando a cara, Clarinha estava imóvel... Rezava? Chorava? Manuel João não podia perceber nada, Clarinha não dera pela sua entrada. E dali a nha não dera pela sua entrada... E dali a momentos levantou-se e salu da capela. Manuel João hesitou : segui-la-ia? Decidiu fleur; e avançando para o lugar que ela delxara encontrou sobre a tela o seu livro de missa. Não resistiu a pegar-lhe; não seria a Providência que lhe indicava o que devia fazer? Suiu da capela com o livrinho guardado na algibeira.

Fechou-se no quarto e começou a percorrer o livro, esperando ver nele algum

Indicio dos pensamentos da prima. Manuel João la fechar o livro, des-consolado por nada encontrar, quando, de entre as iolhas, calu uma pequena ima-gem da Virgem. E no verso da imagem, em letra um pouco tremida, leu frases sôltas, evidentemente cacritas por Cla-

«Mário salva-me em troca...»

«Minha Nossa Senhora, aceita-me

Prometo mudar o meu man feitio éste

«No inverno estou pronta para tudo; e com a minha vida terei salvo o meu irmão. Todos os dias pensarei I...

Manuel João, impressionado e pensativo, guardou a imagem; e foi à capela pôr o livro onde o encontrara.

Naquele inverno parecia que sôbre todos soprava um vento de boa disposição e de optimismo. Só Clarinha, que crescera imenso, perdera as belas cores que tanto encanto lhe davam! e o desprendimento com que aceltava todos os factos da sua vida, dava-lhe um ar alheio que preocupava scriamente a madrasta e a professors.

A CONDESSA - Olhe, D. Beatriz, estou

resolvida a falar à Clarinha.

D. BEATRIZ (hesitante) - Talvez seja preferivel a sr.a condessa... por ora...

A CONDESSA - Não, não, D. Beatriz, isto agora tem de acabar. Fui pesá-la an-te-ontem na botica e vi que perdeu 6 quilos em dois mêses! Estou cheía de cuidado e vou chamar o médico para a ver. Mas Clarinha, entrando nessa ocasião,

ouviu a frase da madrasta.

CLARINHA (sorrindo) — É para mim que a Mãe manda vir o médico? Que ideia, Mãel Nada me doe nem estou doente.

A CONDESSA (carinhosa) - Senta-te. filha; temos que conversar.

CLARINHA (rindo) - Oh Måe, parece um tribunal i Serel eu a ré?

A CONDESSA (risonha) - Talvez ... Mas rè de qualquer escrupulo, quem sabe? Tu é o que o dirás, filhinha.

D. BEATRIZ (abraçando Clarinha) -Pensa que só para teu bem aqui estamos, Clara: tanto a Mãe como eu queremos ver te alegre, sã, despreocupada l

CLARINHA (comovida) - Mas eu...

A CONDESSA (com interésse) - Que tens tu que te aflige, Clarinha? (Clarinha chora e não responde).

D. BEATRIZ (beljando-a) - Anda, filha,

explica-nos tudo: verás que ficas, depois. mais consolada...

(Clarinha abana a cabeça negativa-

mente).
A CONDESSA (triste) - Tens um s grêdo, minha filha? E não mo queres di-

CLARINHA (chorando) - Não posso,

A CONDESSA (admirada e inquieta) Não podes ?!! É a temperamento tenaz do pai: uma força de vontade inquebravel!

(Clarinha salu, chorosa, depois de bei-jur as duas senhoras em siléncio). D. BEATRIZ (decidida) — Sr.º condesse

o Manuel João. sô, é que pode fazê-la desabafar: é para Clarinha o mais querido dos

A CONDESSA (admirada) — O Manuel João? I Vou pedir-lhe para vir hoje că

passar a tarde.

E Manuel João veto nessa tarde. Não tinha mostrado a ninguém a imagem que encontrara no livro de Clarinha, nem a ninguém dissers o que nela estava es-crito. Mas estava decidido a dizer-lhe tudo, esperando que Clarinha lhe abrisse o coração.

MANUEL JOAO (sentando-se ao pé dela) - Gostas de mim como se eu fosse

teu Irmão, Clara? CLARINHA (cosendo) - Para que mo

preguntas?!

MANUEL JOÃO - Então explica-me o que significam certas coisas que escreveste numa imagem que achei na capela...

CLARINHA (contente) — A minha Nos-sa Senhora que tinha perdido! Achaste-a, Manuel João? Dá-ma já, anda.

MANUEL JOAO - Não ta dou sem que

expliques o que escreveste.

CLARINHA (grave) — Não tens nada
com isso: nem já me lembro...

MANUEL JOÃO (pegando-lhe nas mãos)

Lembras-te muito bem; não mintas,

CLARINHA (desprendendo-se, sangada) - A lmagem é minha, os pensamentos

são meus, eu son minha ouviste?

MANUEL JOÃO (triste) — Fath hem. Clara; eu também fico conhecendo a fraca medida da tua amizade de irma...

CLARINHA (chorando) — Oh Manuel João não me apoquentes! Se tu soubesses o que sôfro com a idéia de deixar tuds, tudo ...

MANUEL JOAO (espantado) — Deixar tudo? Tudo o quê? O que val suceder-te? CLARINHA (cobrindo a cara com as mdos) — Não o queria dizer a ninguém, nem a ti...

MANUEL JOÃO (destapando-lhe a cara) - Diz, Clara: que disparate fizeste ou pensaste? Tens só 14 anos, a coisa deve ser uma destas criancices de arrombal O

CLARINHA (escondendo a cara cheia de lágrimas) - Não é criancice, nem dieparate. (com ceemência) - Se o meu ir-mão apareceu, fica sabendo, se o meu obre Mário se salvou, s se a minha madrasta não morreu com o choque, foi por-

MANUEL JOAO (espantado) - Por-

CLARINHA (com força) - Porque eu me lembrei duma colsa que il num livro: ofereci a Nossa Senhora a minha vida em troca da dele! Prometi diante do altar. ouviste? que la preparar-me todo o verão, deixando o mau gênio, e que morria êste inverno. Agora estou à espera...

MANUEL JOAO (rindo a bom rir) -Da morte que tu resolveste vir, marcadinha por ti a data certa, o dia, a hora, o local... Oh minha pobre Clara, sempre ès

muito patetinha I

(Mannel João levanta-se ainda a rir). CLARINHA (Indignada) — Patetinha? Pols fol acelte a minha oferta por Nossa Senhora, fica sabendo I E a maior prova foi o milagre da salvação do Mário, depois de 36 horas em cima do cedro! E a cura da minhe madrasta.

MANUEL JOAO (fazendo-a sentar) -Anda ca, e acalma o teu espirito! Ninguem nega o valor das tuas orações : foram sinceras e Nossa Sanhora ouviu-as. Tu cras má para a tus madrasta, Clara, e tinhas remorsos, confessa.

CLARINHA (de cabeça baixa) - È verdade.

MANUEL JOÃO (a sério) - Nós não po-



### por MARIA PAULA DE AZEVEDO

Desenhos de Guida Ottolini

demos marcar a vida e a morte: é um absurdo: mas essa tua criancice teve uma vantagem, sabes? Caiste em ti, Ciarinha. e viste, talvez, que eras injusta. E confessuste a algum padre essa idéia de ofereceres a vida e passares o tempo à espe-ra da morte? (ri). CLARIMIA — O padre da aideia não

gostou da idéta; mas...

MANUEL JOÃO -- Em boa hora encon-MANUEL JOAO — Em boa hora encontrel a tal imagem I Agora è que entendo o que là escreveste. Delxa-te de pateites. Vai jà abraçar a Tia, a santa D. Beatriz, e toca a pôr-te sã e forte, para melhor agradecres a Nossa Senhora os beneficios que te tem dado: isso é o que tens a fazer sem demora, ouviste?

CLARINHA (abraçando o comopida) — Vem comigo, Manuel João: sinto-me agora reviver, sabes? (suspira fando) Tem

ra reviver, sabes? (suspira fundo) Tem sido um tal pesadêlo I

MANUEL JOÃO (sério) - Mas desde que tu ofereceste a tua vida, Clarinha, tens de estar sempre pronta para morrer de boa vontade, percebes? É enquanto não morres...(rl) saúde e alegria é o que se quer!

A vida de Clarinha era agora bem fe-liz! Convencera-se da bondade da sua madrasta: e não estava longe de a consi-

derar uma segunda mãe,

Tumbém a educação de Mário era para cla um novo interêsse : e só ela o ajudava nas lições do liceu, Com que paciência lhe ensinava o francês, o inglês, principios de alemão! E os anos iam passando, cheios de felicidade para o rancho nosso

conhecido.

Manuel João, acabada a Escola de Guerra, fizera-se aviador, e devia breve partir num «raid» à Africa Oriental.

Numa linda tarde de Malo, mais uma vez se reuniram primos e primas no ve-lho jardim de Alfama; e depois do chá conversavam animadamente.

CLARINHA - Sabem de quem tive uma

engraçadissima carta?

ANGELICA - Adivinhei: da Polly! CLARINHA (rindo) - Tal qual, Angélica; e uão calculam o que eu ri...

Clarinha, tirando do seu saco a carta de Polly, leu:

Escrevo-te da Africa, Clara dear; e observa como meu linguagem está per-festo I Viemos, Papa, Mamma e eu, no ar até Africa : viagem «marvellous» ! E Papa ficar longo tempo: dirigir companhia inglésa. En era quasi casada com engenheiro inglésa: mas no fim disse não; só quero casar com Neljohn Com éle estou sin love»: não posso aceitar engenheiro inglésal

TODOS (gritando e rindo) - Oh Manuel João ! E você nunca disse nada! Fez «caixiaha»! Parece impossive!! O que responde a isto?!

MANUEL JOÃO (tapando os ouvidos e rindo) — Mas eu não sabia nada l Nada, o

que se chama nada l

CLARINHA (um pouco trónica) - Mae

vais à Africa, não vais?

MARIA AMÉLIA - Sabe-se agora a razão dêsse entusiasmo I

Clarinha continuando:

Mim ignorar se Neljóhn gosta casar com ingiêsa; mas não poder aceitar outra pessoa que não e Neljohn; isso ndo era «fair» como diz-se em Ingla-terra. Se Neljohn ndo querer, eu ser nurse de hospitais e gostar imenso de ser nurse. Escreve, Clara dear, diz o que pensa Neljohn, sim? Tua prima

MANUEL JOÃO (sério) - Dou-lhes a minha palavra de honra que nunca pen-sei em casar com a Polly, embora a ache um amor!

ZÉCA — Se você já lhe chama amor...

MANUEL JOÃO - Não posso casar... senão com uma ceria de quem gosto: e só com els cavarel.

CLARINHA (com lágrimas irreprimiveis nos olhos) — E não dizes quem è essa

menina?

MARIA AMÉLIA (despeitada) — As de-clarações de amor não se fazem em público, Clarinha!

ZÉCA — Nem os pedidos de casamento?

MANUEL JOAO (levantando-se) - Te-nho muita pena de as escandalizar, meninas, mas estou morto por tazer já, aqui mesmo, uma declaração e um pedido de casamento!

ANGÉLICA - Você está doido ? I

MANUEL JOÃO (calmo) - Não estou. E como sou maior, ganho a minha vida e sei o que quero ...

A CONDESSA (chamando à porta da sala) - Clara I Clarinha I

CLARINHA (correndo) Minha Mãe, vou

A CONDESSA (aprox/mando-se) — Não venhas, minha fliha; sou eu que vou ai dar-te uma noticia engraçada. — E a condessa velu sentar-se no meio do grupo. — Imaginem que a nossa D. Beatriz que como sabem, tinha ido a França, acaba de casar com um banqueiro belga! Está felicissima I

Foi um côro alegre de risos. Quando

acalmeram a condessa voltou-se para Manuel João.

A CONDESSA - E tu quando partes. filho?

MANUEL JOÃO (em pé, beljando a mão da tía) - Minha Tia, da licença que eu lhe faça uma fala... (hesitando) e um pedido?

A CONDESSA (admirada) — Mae com certeza, Manuel João.

MÁRIO (batendo as palmas) — Eu sel o que è l Eu sel o que è l

CLARINHA (còrada) - Cale-se, menino : o que pode o menino saber?

Mae Mario correu para ela e beijou-a com sofreguidão sem dizer male nada.

MANUEL JOÃO (comovido) — Minha Tia, bem sabe que vou partir dentro de quinze diae, naturalmente.

A CONDESSA (comovida) - Ja... MANUEL JOÃO (batxo) - Sempre adorei a Clarinha: desde pequenina que pen-sel que havia de casar com ela... Deixa--me ficar noivo da Clarinha antes de par-

CLARINHA (corada) - Mas nada me preguntante, Manuel João ?!

ANGÉLICA (betjando Clarinha) Quem não percebia que vocês foram fei-tos um para o outro?

MARIO (attrando o boné do ar) - Vivam os nolvos I

A CONDESSA (risonha) — Que posso eu responder que não seja um sim chelo de entusiasmo?

ZECA - Coitada da Polly!

E assim se firmou naquela tarde de Maio o noivado feliz de Clarinha e de Manuel João.

FIM







As dues abelhas mestras, do grupo das cabalhaso do curso do Sagrado Coração de Jesus, centro n.º 13, Lisboa

### DOMINGO DE PASCOA

Quem não viveu já um Domingo de Páscoa numa deseas quási desconhecidas aldeias de Por-tugal, não pode fazer uma ideia de como são enter-

necedoras as cenas que al se passam. Depois da Missa, o Pároco, precedido de um garoto que vai tocando a campainha, leva o Senhor a todas as casas

Em tódas é recebido com igual respeito pelos senhores e oriados, que, reunidos na melhor sala da casa, esperam anciosamente a sua visita.

Os pequenitos, de janels, gritam para a familia que num alvorôço acaba os últimos preparativos. O Senhor já vai a sair da casa da tia Chica i

O senhor Cura chega finalmente, e depois de dar a benção, todos se ajoelham em volta da mesa onde êle pousou a Cruz.

É, então, o momento mais comovente. A familia, olhos postos na Cruz, que parece abençoà-le, pede as graças que necessita. Hà lágrimas nos olhos dos mais velhos e enquanto que os pequenos se mostram radiantes.

Em seguida, o senhor Cura é convidado a provar e abencoar o folar.

Em tôdas as casas reina a alegria.

E no dia seguinte todos recomeçam a sua vida, mais felizes e confiantes no futuro, pois o Senhor foi abençoar mais uma vez o seu ler.

Maria Helena

### O Poente na minha aldeia

O sol la morrer... Tinha scado a hora do seu naufrágio nos Longes ...

Entretanto, eu, presa de mil diferentes pensamentos, subla um exenso monte, em cujo cimo, imaculadamente branca, como em enamorado trage de nolvado, se via uma pequena capellaha de aldela.

Subi, subi sempre, e fui sentar-me, mais causada de alma que propriamente de corpo, num degrau dum cruzeiro, à beira da ermidinha.

All me quedei a pensar... Quantas, quantas vidas diferentes, alumia o sol com a sua luz... Sorri-lhe o lotus azul do Nilo... saudam-no as

a sua luz... Sorri-ine o lotus azul do Nilo... saudam-no as aves... as feras he rendem graças, e o homem, em Portugal s no mais selvagem pais. lhe agradece o criador auxilio... Fol já divindade de alguns... Ouviu rogos, escuton preces... Mas nada até hoje pareceu comovê-lo... Todos os dias vé mortos... Todos os dias a sua criadora luz toca em ulcerosas chagas da vida do homem... Mas todos os dias o vemos nascer, para todos os dias o olharmos a tombar, num ensan-

guentado golgota de luz, na tragêdia eterna dos poentes...
O sol la morrer... Soara a hora do seu naufrágio nos longes... Mas, ao pê da pequena ermidinha, apesar das tristezas da minha alma, como deixar de dízer: Bendito sejals. men Deus, pois que, se delxais morrer o sol, vos o fareis de novo voltar a nos I

Carlota Alexandrina Salazar de Campos

Filiada n.º 15,198

### A festa das "Abelhas"

Tinhamos combinado festejar o Natal das nossas pequeninas protegidas com um almoço. Assim foi. No dia dos Santos Inocentes, às 9 horas da

manhā, estávamos todas prontas para o trabalho. Umas, foram para a cozinha fazer os piteus, outras, pre-

pararam a mesa, outras ainda prepararam o preséplo.

O grupo das cozinheiras foi o que trabalhou mais. Foi uma azafama! A massa dos pasteis de bacalhau deu que pensar ... mas no fim ficou multo apetitosa.

Também houve arroz doce com canela e tudo. Antes do almoço algumas de nos recitaram e todas cantámos. Depois fez-se uma pequena palestra sôbre o fim daquela festa—e sôbre o nascimento do Deus Menino. Levámos as miúdas à Capela, onde rezámos a Ayé Maria.

Ficaram encantadas com o grande presépio que la estava armado.

A seguir foi então o grande barquete. Portaram-se todas com muito julzo, e comeram sobretudo muito pão. Isto não quere dizer que os pitéus estivessem maue... Findo o almoço, distribuiram-se vestidos de flanela,

brinquedos e rebuçados que causaram alegria geral.

Acabou-se a festa.

Então, todas nos, como quem não quere a colsa, fomos à travessa dos pasteis e comemos um cada uma. Houve quem comesse mais de um, e essas comilonas tiveram que ouvir um bom discurso da chefe da cozinha. Foi um caso eérioi ...

do Curso do S. Coração de Jesus — Centro n.º 11

### DEUS

Deue criou o céu e a terra e quanto se contém no cêu e na terra.

Fez tudo o que vemos e tudo o que não vemos, as coisas pequenas e grandes, o insecto que se arrasta por baixo da erva, o sol que resplandece no céu.

Vi ésse astro elevar-se cheio de brilho e magestade, derramando-nos a sua luz.

Na escuridão das noites vi o cêu adornado de estrêias tão numerosas, como os grãos de areja nas praias do mar.

Ouvi o brado dos ventos e o estampido da tormenta; feriram-me os ouvidos o ribombar do trovão.

Observel as marchae das estações. Na primavera notei que brotavam da terra os germens das plantas; que estas cresciam ao calor do estio; que o grão amadurecia na espiga, e o fruto desenvolvia-se na árvore; que no outono os frutos como cale mão do homes a cale de la cale de l eram colhidos pela mão do homem, e enchiam-se os celeiros para abastecê-lo nos dias prolongados do inverno.

O sol e a luz refulgente, a noite com as estrêles, a terra fecunda, as searas nos campos, as árvores com os seus pomos, tudo procede de Deus e por Deus existe.

Ohl meu Deus! quanto sols grande e bom nas obras do vosso poderI

> Laurentina dos Santos Marujo Correia Filiada 1.. 0 22.578 - Ceptro p. 0 7 - Ala n. 0 1 - Faro